

国保の広場

問 市民課国保医療班
☎ 30-0222

飲み残しの薬は 薬局に相談しましょう

飲み残しの薬がある方は、まとめて薬局に持参し相談しましょう。薬局の薬剤師が、服薬できるかどうかを確認します。また、現在所持している薬の量に応じ、医師から処方される薬の量を減らすことができる場合があります。新たに処方される薬が減ると、負担する薬代も少なくなります。「節薬」を心掛けましょう。



「ジエネリック医薬品に関するお知らせ」のはがきをお送りします。11月中旬に処方された薬剤について、ジエネリック医薬品へ変更した場合、自己負担額が1カ月に500円以上減少となる方を対象に、「ジエネリック医薬品に関するお知らせ」のはがきを郵送します。ジエネリック医薬品については、医師、薬剤師などにご相談ください。

国民健康保険税の最終納期限は 2月28日水です

期限内の納付にご協力ください。納期限を過ぎてしまうと、コンビニで納付することはできません。また、納付が遅れると、納付するまでの日数に応じて、延滞金がかかります。期限内の納付にご協力をお願いします。

納付の相談はお早めにご相談ください。次の年度に持ち越すと、ますます納付が困難になります。ご相談の際は、納付が遅れている事情が分かる書類などをなるべくお持ちください。

問 税務課 収納管理室
☎ 30-0215

年金からの特別徴収について 国民健康保険税が仮徴収されます

平成29年度国民健康保険税が特別徴収(年金天引き)されている方は、平成30年度国民健康保険税が仮徴収されます。仮徴収は、4月・6月・8月に年金から天引きされ、徴収額は平成30年2月の特別徴収と同額です。
※本徴収の額は、7月本算定時に確定します。年税額から仮徴収税額を差し引いた額が、10月以降の本徴収の納期に振り分けされます(仮徴収税額が年税額より多かった場合は還付されます)。

特別徴収対象者の納付月

| | | 平成30年度 | | | | | |
|------|---|--------|-----|-----|----|----|----|
| 支払い月 | | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 |
| 特別徴収 | ◎ | | | ◎ | | ◎ | |
| 普通徴収 | | | | | ● | ● | ● |
| 支払い月 | | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
| 特別徴収 | ● | | | ● | | ● | |
| 普通徴収 | ● | ● | ● | ● | ● | ● | |

特別徴収から普通徴収への変更は 要件を満たすことが必要です

下記の要件をすべて満たしている方に限り、国民健康保険税の徴収方法を特別徴収(年金天引き)から普通徴収(口座振替)に変更することができます。希望される方は、税務課課税班へお申し込みください。
なお、変更後に要件が満たされなくなった場合は、再び特別徴収に変更させていただくことがありますので、ご了承ください。

- 普通徴収への切り替え要件
- 1 今後の納付方法を口座振替にされる方
 - 2 過去2年間において国民健康保険税の未納がない方
- ※上記①②の両方を満たす必要があります。

- 申請に必要なもの
- 1 被保険者証
 - 2 認め印
 - 3 口座振替を申し込みでない方は、口座振替を申し込み後の申請となります。ご利用になる金融機関へ「口座振替依頼書」を提出し、その口座振替依頼書の本人控え(金融機関の受付印のあるもの)をお持ちください。

問 税務課 課税班 ☎ 30-0213

国民健康保険税の滞納が続くと…

納期限後も納めずにいると…
有効期限が1年間の被保険者証に代わり、**短期被保険者証※1**が交付されます。



納期限から1年を過ぎると…
短期被保険者証を返還していただきます。代わりに、**資格証明書※2**が交付されます。

- ※1 有効期限が通常より短い被保険者証です。
- ※2 病院、薬局などの窓口で、医療費をいったん全額自己負担(通常の約3倍)していただくこととなります。支払った医療費の一部については後ほど給付されますが、申請手続きが必要です。

2月の運動教室

どなたでも無料で参加できます。参加希望の方は、市民課国保医療班へ前日までに電話にてお申し込みください。

| 教室 | 日時 | 場所 | 必要なもの |
|--------------------------|-------------------|-----------------|-------------------------|
| ストレッチボール教室(さんさんレディースクラブ) | 5日 日 10時~ | 記念スポーツセンター | 運動ぐつ、水分補給の飲料 |
| ココから体操教室(華美会) | 9日 日 10時~ | 十和田市民センター | 運動ぐつ、スポーツタオル、水分補給の飲料 |
| ゆったりヨガ教室(くびれてみヨーガ) | 9日 日 10時~ | 花輪市民センター(コモッセ内) | ヨガマットまたは大判バスタオル、水分補給の飲料 |
| 浅利ゆみ先生の健康体操教室(スマイル教室) | 27日 日 13時~30分~ | 福祉保健センター | 水分補給の飲料 |
| リズム運動教室(ヘルスデザイン) | 28日 日 10時~ | 花輪市民センター(コモッセ内) | 運動ぐつ、水分補給の飲料 |

※無料託児を利用される方は、1週間前までにお申し込みください。

特定健診は、生活習慣の改善を促し、高血圧症・脂質異常症・糖尿病などの生活習慣病を予防することを目的に、40歳~74歳の国保被保険者を対象として、毎年実施しています。
追加の特定健診および人間ドックを、2月末まで実施していますので、まだ受けていない方は医療機関にお申し込みください。

特定健診・人間ドックの追加健診を行います
健診は今の健康状態を把握できるだけでなく、健康の維持、増進にもつなげることができます。なお、受診券の再発行を希望される方は、いきいき健康課(☎30-0119)までご連絡ください。

